

Deutsche Küche



TEUBNER



Regionenporträts

Deutschland ist vielfältig: Unterschiedliche geografische und historische Gegebenheiten haben die Landstriche geprägt – auch in kulinarischer Hinsicht.

- | | |
|---|--|
| 08 Deutschlands kulinarische Regionen auf einen Blick | 240 Thüringen und Nordhessen: Im Herzen Deutschlands |
| 10 In diesem Buch: Deutschland genießen | 312 Rheinland-Pfalz, Saarland und Südhessen: Am kulinarischen Grenzfluss Rhein |
| 34 Bayern: Im Land der Zwiebeltürme | 338 Berlin und Brandenburg: Von Berlin bis ins Herz Brandenburgs |
| 96 Nordrhein-Westfalen: Kontraste zwischen Pott und Paderborn | 402 Baden-Württemberg: Ein kulinarisch verwöhntes Duo |
| 138 Mecklenburg-Vorpommern: Zwischen Rostock und Rügen | 424 Niedersachsen: Heideküche und Fischgerichte |
| 200 Hamburg, Bremen und Schleswig-Holstein: Kulinarika zwischen Land und Meer | 492 Sachsen und Sachsen-Anhalt: Im Land der Kaffeeriecher |

Im Fokus – Warenkunde

Deutschland ist reich: Vielfalt und Qualität heimischer Lebensmittel können sich sehen lassen – und werden noch weit über die Bundesgrenzen hinaus geschätzt.

- | | |
|--|--|
| 24 Vom Haferbrei zur bürgerlichen Küche | 226 Schinken: Gepökelt, getrocknet und gekocht |
| 46 Deftiges aus der Wurstküche | 264 Deutsche Kochkultur: Kraut & Cross-over |
| 78 Die »Krauts« und ihre Küche | 290 Wein: Die Zechlust der Teutonen |
| 80 Kohl, Kraut und kleine Rüben | 352 Spargel: Bleiche Stangen für Genießer |
| 114 Keine Hochzeit ohne Suppe | 366 Altes Gemüse neu entdeckt |
| 126 Die Kartoffel: Karriere mit Hindernissen | 450 Obst aus deutschen Landen |
| 128 Kartoffeln: Vielfalt vom Acker | 516 Bauernbrot und Laugenbreze |
| 182 Was Fischers Fritze isst | 546 Bier: Braukunst mit Tradition |
| 184 Aus Fluss, See und Meer | |



Rezepte

- 14 | VORSPEISEN UND KLEINE GERICHTE**
Kleine Gerichte und Vorspeisenkreationen als Entrée für ein mehrgängiges Menü, für zwischendurch oder als Brotzeit. Von pochieren Eiern über Obatzden bis Wurstsalat.
- 66 | SALATE UND SALATVARIATIONEN**
Edel variierte Klassiker und traditionelle Salatkompositionen mit raffinierten Vinaigrettes und spannenden Dressings.
- 104 | SUPPEN UND EINTÖPFE**
Klare und gebundene Suppen, klassische Suppeneinlagen, Eintopfgerichte mit Geschichte und regionale Spezialitäten. Von schaumig-leicht bis deftig-kraftig.
- 160 | FISCH UND MEERESFRÜCHTE**
Köstliches aus Seen, Flüssen und dem Meer: fangfrische Fische sowie Meeresfrüchte klassisch serviert oder neu variiert. Von Eglifilet in der Pilzkruste bis Zander auf Kohlrabi.
- 216 | FLEISCH UND INNEREIEN**
Deftiges von Kalb, Rind, Schwein, Ziege und Lamm, gebraten, gekocht oder geschmort. Von gebackener Kalbsroulade und Badischem Ochsenfleisch bis Spanferkelschäufele mit Honig-Mandel-Glasur.
- 282 | WILD UND GEFLÜGEL**
Aus Feld, Wald und Wiese: Wildgerichte mit Tradition, ausgefallene Spezialitäten und feines Geflügel. Von Rehragout über Gamsrücken bis Stubenkücken.
- 322 | KARTOFFELN UND GEMÜSE**
Die bunte Vielfalt deutscher Gemüsekreationen und regionaler Kartoffelspezialitäten. Frisch aus dem Garten oder direkt vom Feld. Gekocht, gedünstet, geschmort und gebacken.
- 378 | TEIGWAREN UND BEILAGEN**
Knödel, Klöße, Nudeln und mehr: geschupft, gerollt, geschabt und appetitlich gefüllt. Als bloße Beilage fast zu schade.
- 412 | DESSERTS UND SÜSSSPEISEN**
Cremes, Parfaits und Süßes aus dem Ofen. Mit und ohne Frucht, erfrischend-leicht oder klassisch-gediegen. Von Berliner Luft über Topfenschäum bis Kirschenmichel.
- 480 | AUS DER BACKSTUBE**
Süßes und pikantes Backwerk mit Tradition: gerührt, geknetet, geformt und glasiert. Allerlei Kuchen, Torten und Kleingebäck genussvoll variiert und mit Raffinesse komponiert.
- 526 | FONDS UND SAUCEN**
Grundsaucen und Klassiker sowie kalte und warme Spezialsaucen: die besten Begleiter aus der bundesdeutschen Saucenküche.
- 568 | Glossar**
- 574 | Register**
- 590 | Unsere Spitzenköche ...**
- 604 | Bezugsquellen**
- 606 | Impressum**

Alle Rezepte sind für 4 Personen berechnet, sofern nicht anders angegeben.



Zwischen Rostock und Rügen

Das alte Junkerland Mecklenburg-Vorpommern präsentiert sich voller Geschichte: Auf den Spuren einer fast in Vergessenheit geratenen traditionellen Küche.

Auch wenn es schon immer beken- nende Liebhaber dieser Region im Nordosten von Deutschland gab – der prominenteste von ihnen ist wohl Theodor Fontane –, so lautet das verbreitete Vorurteil über die mecklenburgische Küche doch, dass sie nicht der Rede wert sei. Nichts als »Kartoffeln, Weißkraut, Rüben und Pferdebohnen«, so urteilte beispielsweise der Schriftsteller und Philosoph Karl Julius Weber im 18. Jahrhundert.

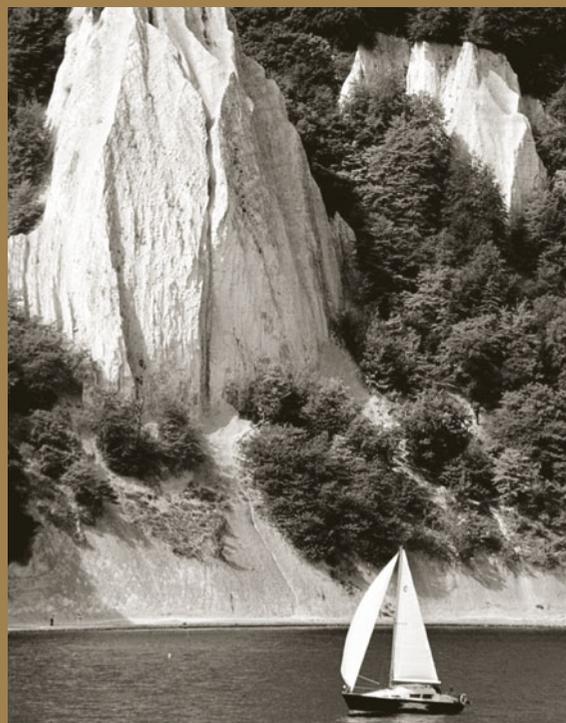
Stellt man jedoch diese vorgefassten Meinungen über die Küche Mecklenburg-Vorpommerns hintan, so bietet sich die Gelegenheit, eine der interessantesten, weil unbekanntesten Landesküchen Deutschlands kennenzulernen. Denn auch wenn die Geschichte von Mecklenburg und Pommern politisch lange voneinander getrennt verlief – schließlich entstand dieses Bundesland erst nach 1990 aus Mecklenburg, Vorpommern und Neubrandenburg –, so führten ähnliche geografische, klimatische und kulturelle Bedingungen doch zu einer vergleichbaren Küchen- tradition. Der direkte Zugang zur fischreichen Ostsee, die Nähe zu Polen und die lange Vergangenheit als Junker- und Bauernland bildeten die Grundlage für die kulinarische Entwicklung der Region Mecklenburg-Vorpommern. Fisch und Fleisch sind hier wie dort die ebenso beliebten, wie verbreiteten Hauptzutaten der gehaltvollen Traditionsgerichte.

Von Tüffeln, Wruken und Plinsen

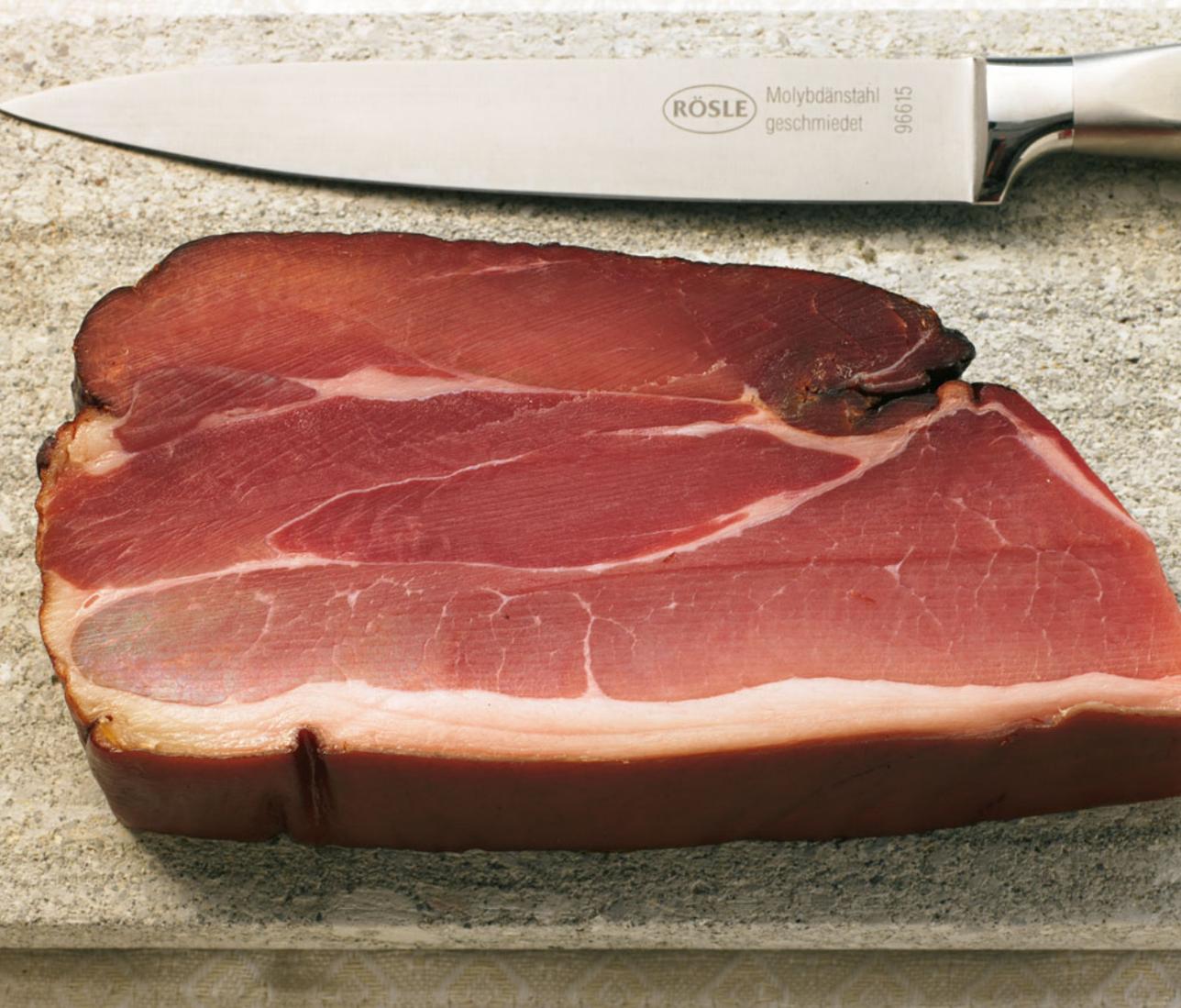
Aber auch in Mecklenburg-Vorpommern wurde nicht jeder als Gutsherr geboren. So verwundert es nicht, dass Gänsebraten, Aal und Barsch nicht auf jedermanns heimischer Tafel landeten. Das einfache Volk, die Bauern und Tagelöhner, musste sich oftmals mit Kartoffeln und Kohlrüben zufriedengeben. Und das galt gerade auch für die Zeiten, in denen der »real existierende Sozialismus« über das tägliche Warenangebot bestimmte. Einflüsse, die sich noch heute in den vielen fleischlosen Kartoffel- und Rübengerichten deutlich erkennen lassen.

Auch wenn den Mecklenburgern nichts über ihre Kartoffeln geht, die sie liebevoll »Tüffeln« nennen und ohne die einfach keine Mahlzeit komplett ist, so gibt es auch andere Gemüse, die erst in jüngster Zeit

wieder zu Ehren gekommen sind. Vor allem die Wruke, die Steckrübe, hat lange unter ihrem schlechten Ruf gelitten. Die Mecklenburger haben sie gemieden seit dem Hungerwinter von 1917/18, der als »Steckrübenwinter« in die Geschichte eingegangen ist. Morgens Kohlrüben, mittags Kohlrüben und abends Kohlrüben war einfach auch zu viel des Guten. Da die meisten von uns allerdings keine direkte Erinnerung daran haben dürften, können wir es ruhig wagen, wenigstens einmal Steckrübensuppe zu kosten. Dabei darf ein Versprechen gegeben werden: Wir werden überrascht sein von diesem Geschmackserlebnis, das zwischen Spargel und Schwarzwurzel changiert. Die Plinse dürfte aber wohl weit höher im Kurs stehen. Dabei handelt es sich um eine Art Eierkuchen, der mit Milch oder Buttermilch und häufig unter Zugabe von Hefe zubereitet wird. Plinsen können je nach Vorliebe süß oder pikant sein. Gerne werden sie mit Apfelmus gereicht. In Verbindung mit geräucher- tem Lachs können sie auch mal ein feines Mahl eröffnen. Wenn es sein muss, ist der Mecklenburger also auch fleischlos glücklich.



Berühmtes Mecklenburg-Vorpommern: Die auffälligen Kreidefelsen von Rügen sind sehenswerte Wahrzeichen der Ostseehalbinsel.



Schwarzwälder Schinken

Er wird aus dem entbeinten Hinter-schinken durch Pökeln und Kalt-räuchern über Tannen- oder Fichtenholz her-gestellt. Außen ist er sehr dunkel und er besitzt ein kräftiges und ausgeprägtes Raucharoma.

Gepökelt, getrocknet und gekocht

»Ein Himmel voller Schinken« ist hierzulande keine Wunschvorstellung, sondern Realität: Zahlreiche deutsche Spezialitäten bereichern den Speisezettel.

Genuss braucht Zeit: Die Herstellung eines wahrhaft feinen Schinkens kann dauern, jedenfalls, wenn er nach traditioneller Art gemacht wird. Dazu wird das Fleisch, das in der Regel vom hinteren Oberschenkel des Schweins stammt, je nach Zubereitungsart gepökelt, gebrüht, gebraten, getrocknet oder geräuchert. Kochschinken wird erst gepökelt, dann gebrüht und ist nur kurz haltbar. Rohschinken wird durch Salzen (Pökeln), Lufttrocknen und Räuchern haltbar gemacht. Während in Mittelmeerländern aufgrund des trockeneren Klimas Schinken bevorzugt luftgetrocknet wird, ist dies hierzulande klimatisch bedingt unmöglich. Als Ersatz werden die moderne Lufttrocknung in Klimakammern sowie das Räuchern (vor allem Kalträuchern) eingesetzt.

Räuchern ist eine Kunst

Räuchern hat eine lange Tradition in Deutschland: Schon seit über 1000 Jahren wird etwa Westfälischer Schinken in der Münsterländer Tieflandbucht hergestellt. Das Fleisch, das zunächst mit Knochen einige

Wochen trocken gepökelt wird, muss nach dem Kalt-räuchern Monate reifen, bis schließlich der Knochen entfernt wird. Der gesamte Herstellungsprozess dauert je nach Qualität bis zu 18 Monate. Ammerländer Schinken, eine niedersächsische Spezialität, wird trocken gepökelt, mit Pfeffer, Piment, Wacholder und Zucker gewürzt und darf nach dem Kalträuchern über Buchenholz mindestens ein Vierteljahr lang reifen. Ebenso hat Schwarzwälder Schinken unter den deutschen Schinkenspezialitäten, von denen hier eine Auswahl vorgestellt wird, Berühmtheit erlangt. Ein guter Schinken zeichnet sich durch sein Aroma und seine Konsistenz aus. Das beste Aroma entwickelt sich, wenn der Schinken eine ausreichend lange Reifezeit hat, in der er Wasser verliert und seine Festigkeit erreicht. Luftgetrockneter Schinken benötigt eine viel längere Reifezeit als geräucherter Schinken. Wird Schinken hingegen im Schnellverfahren hergestellt, können sich Geschmack und Konsistenz nicht optimal ausbilden. Sie schmecken in der Regel nur salzig aufgrund der hohen, zur Haltbarmachung eingesetzten Menge an (Nitritpökel-)Salz.



Rindersaft-schinken

Hergestellt aus dem zarten Schwanzstück junger Mastrinder: Er wird in gewürzte Lake eingelegt, dann in Form gebunden und schließlich gekocht.



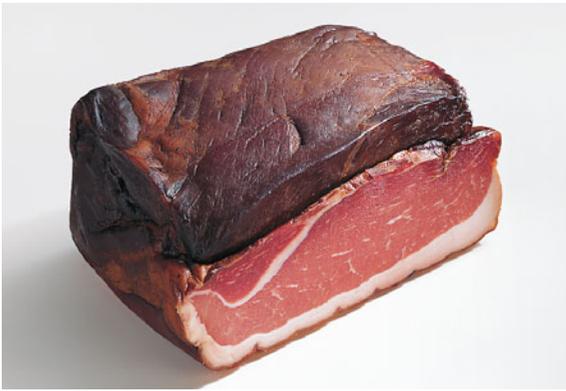
Westfälischer Hüftschinken

Rohschinken aus Westfalen, der 3 bis 5 Monate über Buchenholz und Wacholder kalt geräuchert wird. Charakteristisch sind die helle, goldgelbe Schwarte sowie die dunkelrote Fleischfarbe.



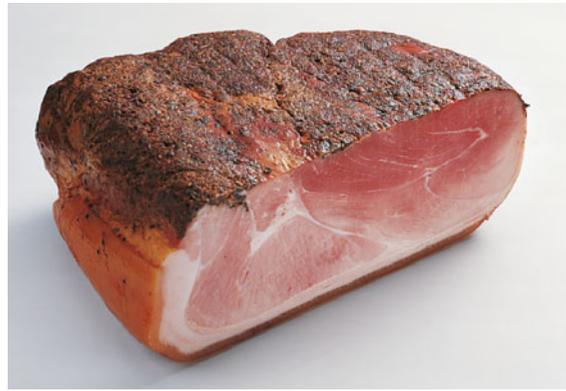
Holsteiner Katenschinken

Rohschinken aus Schleswig-Holstein, der trocken gepökelt und kalt geräuchert wird. Anschließend muss der nussige, zarte Schinken noch einige Monate reifen, traditionell von Oktober bis Mai.



Grafschafter Landschinken

Die westfälische Spezialität wird aus der Unterschale hergestellt, trocken gepökelt und kalt über Buchenholz geräuchert. Nach 2 bis 3 Monaten Reifung ist der Schinken fest und würzig.



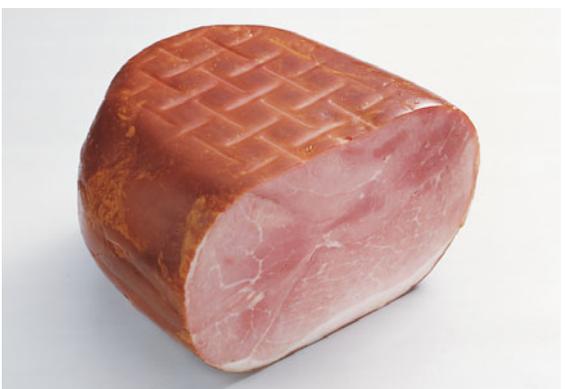
Würzschinken mit Schwarte

Für die bundesweit vertretene Sorte wird die entbeinte Keule in einer Gewürzlake gepökelt, nicht abgewaschen, sondern nur getrocknet, anschließend gekocht und kalt geräuchert.



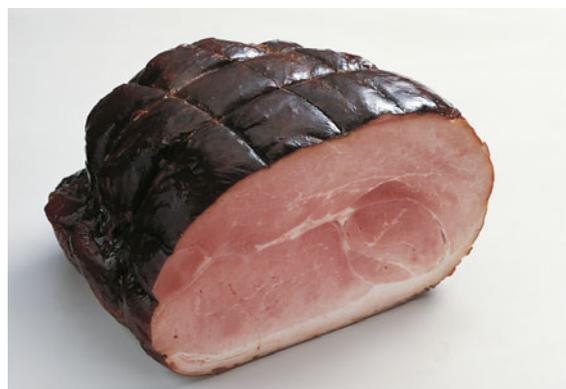
Gekochter Rollschinken

Die bundesweit vertretene Sorte wird aus Keulenstücken hergestellt, in Form gebunden, gekocht und häufig leicht geräuchert.



Braunschweiger Schinken

Die niedersächsische Spezialität wird aus entbeinteter Keule hergestellt, die nass gepökelt, in Form gepresst und gekocht wird. Er hat ein mildes Aroma und ist auch als »Brunswick ham« bekannt.



Kernrauchschorinken

Die würzige holsteinische Spezialität wird vor dem Kochen gepökelt, in Form gebunden und über Buchenholz geräuchert, was ihm die charakteristische dunkle Hülle verleiht.



Zubereitungszeit
ca. 1 Std. 30 Min.

Gebratenes Rebhuhn auf sautiertem Spitzkohl

Mit Honigäpfeln und Rieslingsauce serviert

Für den Spitzkohl

- 1 Kopf Spitzkohl (ca. 500 g)
- 1 Apfel (Cox Orange)
- 1–2 EL Butter • Salz
- frisch gemahlener Pfeffer
- 1–2 EL Schnittlauchröllchen

Für die Honigäpfel

- 1 Apfel (Cox Orange)
- 2 EL Honig • 1–2 TL Zitronensaft

Für das Rebhuhn

- 4 bratfertige Rebhühner (je 300 g; oder Stubenküken, Perlhuhnbrust)
- Salz • frisch gemahlener Pfeffer
- 4 Knoblauchzehen • 4 Zweige Rosmarin • Öl zum Braten

Für die Rieslingsauce

- 1 Schalotte • 1 TL Butter • 1 TL Honig
- 100 ml trockener Riesling
- 160 g Sahne • Salz
- frisch gemahlener Pfeffer
- 1 Prise frisch geriebene Muskatnuss
- 2 Walnusskerne
- 1 TL gehackte Petersilie

Außerdem

- Küchengarn zum Binden

1 | Vom Spitzkohl acht Blätter lösen, waschen, jedes Blatt zu einem Dreieck (7 x 10 cm) schneiden, in Salzwasser blanchieren und trocken tupfen. Anschließend den restlichen Spitzkohl in Streifen schneiden. Den Apfel schälen, das Kerngehäuse entfernen und den Apfel würfeln. Spitzkohlstreifen und Apfelwürfel in Butter 2 Minuten dünsten, abschmecken und den Schnittlauch einrühren. Je ein Spitzkohldreieck auf ein Blech geben, das Spitzkohlgemüse darauf verteilen und mit einem weiteren Spitzkohldreieck abdecken. Zum Anrichten kurz im Backofen erhitzen. Für die Honigäpfel den Apfel schälen, in zwölf Spalten schneiden und die Kanten mit dem Messer abrunden. Den Honig mit dem Zitronensaft in einer Kasserolle erhitzen und die Apfelspalten darin langsam bissfest garen.

2 | Die Rebhühner bridieren (Steps 1 und 2), innen und außen würzen und mit je einer angedrückten Knoblauchzehe und einem Rosmarinweig füllen. Den Backofen auf 200 °C vorheizen. Die Rebhühner dünn mit Öl zum Braten einreiben. Das restliche Öl in einer ofenfesten Pfanne erhitzen, die Rebhühner von allen Seiten braun anbraten und für 10 bis 12 Minuten in den Backofen schieben. Aus der Pfanne nehmen und zugedeckt warm stellen. Entfernen Sie vor dem Anrichten Bindfaden, Knoblauch und Rosmarin.

3 | Für die Rieslingsauce die Schalotte schälen und fein würfeln. Das Bratfett der Rebhühner abgießen und die Butter in der Pfanne aufschäumen. Schalottenwürfel und Honig zufügen und die Schalotten glasig anschwitzen. Mit Riesling ablöschen, Sahne zufügen und etwas reduzieren. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken. Grob gehackte Walnüsse und Petersilie in die Sauce geben.

4 | Zum Anrichten je ein Spitzkohldreieck auf die Tellermitte geben und je ein Rebhuhn daraufsetzen. Etwas Sauce parallel zu den Seiten des Dreiecks angießen. Dazu passen sehr gut Schupfnudeln (S. 383) oder Macairekartoffeln.



Rebhuhn bridieren

- 1) Die Keulen über der Brust kreuzen und mit Küchengarn zusammenbinden. Die Flügelspitzen in Richtung Rücken klappen.
- 2) Den Faden von den Keulen über den Rücken und die Flügel zur Brust führen und verknoten.

Zubereitungszeit
ca. 3 Std.

Apfelküchle mit Portweinsabayon

Ein Klassiker – erfrischend neu mit Preiselbeereis

Für das Preiselbeereis

- 250 g Sahne • 120 ml Milch
- 6 Eigelbe (120 g) • 3 TL Zucker
- 250 g kaltgerührte Preiselbeeren
(S. 423; oder Fertigprodukt im Glas)

Für das Portweinsabayon

- 50 ml roter Portwein
- 100 ml Apfelsaft • 1–2 Macisblüten
- 1 Stück unbehandelte Orangenschale
- 2 Eigelbe (40 g) • 2 TL Zucker
- 1 EL Zitronensaft
- 1–2 EL geschlagene Sahne

Für die Apfelküchle

- 2 Äpfel • 50 g Puderzucker
- 3 cl Calvados • 1 EL Zitronensaft
- 1 Prise frisch geriebene Muskatnuss
- 60 g Zucker • 1 Msp. gemahlener Zimt

Für den Backteig

- 1 Ei • 1 Eigelb (20 g)
- 1 TL Raps- oder Distelöl
- 75 g gesiebtetes Weizenmehl
- 75 ml Weißwein • 1 Prise Salz
- ½ Päckchen Vanillezucker
- 1 Eiweiß (30 g) • 1 TL Zucker
- 1 l Öl und Mehl zum Ausbacken

1 | Für das Preiselbeereis die Sahne mit der Milch mischen und aufkochen. Die Eigelbe mit dem Zucker in einer Schüssel schaumig rühren und die kochend heiße Sahnemilch dazugeben. Auf ein heißes Wasserbad stellen und unter ständigem Rühren »zur Rose abziehen« (S. 417). Danach sofort durch ein feines Sieb passieren und die Preiselbeeren einrühren. Zum Abkühlen auf Eis stellen und in der Eismaschine gefrieren. Wenn Sie keine Eismaschine besitzen, die Masse im Tiefkühlfach gefrieren, dabei das Eis im Abstand von etwa 20 Minuten gut durchrühren.

2 | Für das Portweinsabayon Portwein, Apfelsaft, Macisblüten und Orangenschale in einem Topf mischen, aufkochen und auf etwa 60 ml reduzieren. Schlagen Sie die Eigelbe mit dem Zucker cremig-weiß. Die Portweinreduktion zugeben und auf einem warmen Wasserbad zum Sabayon aufschlagen. Dann die Schüssel vom Wasserbad nehmen und weiterschlagen, bis die Masse abgekühlt ist. Mit etwas Zitronensaft und geschlagener Sahne verfeinern.

3 | Für die Apfelküchle die Äpfel schälen, die Kerngehäuse ausstechen und das Fruchtfleisch in 1 cm dicke Scheiben schneiden. Mit Puderzucker, Calvados, Zitronensaft und Muskatnuss marinieren. Zucker mit Zimt vermischen. Für den Backteig Ei, Eigelb, Öl, Mehl, Weißwein, Salz und Vanillezucker zu einem Teig verrühren und 20 Minuten quellen lassen. Das Eiweiß mit dem Zucker steif schlagen und vor dem Backen unter den Teig heben.

4 | Zum Ausbacken das Öl auf 160 bis 180 °C erhitzen. Die Apfelscheiben trocken tupfen, mehlieren, durch den Teig ziehen und im heißen Öl goldbraun ausbacken. Dann die Apfelküchle mit einem Schaumlöffel herausheben, zum Entfetten auf Küchenpapier legen und anschließend in dem Zimtzucker wälzen. Zum Anrichten die gebackenen Apfelringe auf Teller legen. Das Preiselbeereis daraufsetzen, etwas Sabayon angießen und den Rest separat dazureichen.

S. 287

WARENKUNDE Preiselbeeren

HOLUNDER STATT APFEL: DIE KLASSISCHEN BAYERISCHEN HOLLERKÜCHERL

Der bekannte Klassiker aus Bayern lässt sich folgendermaßen zubereiten: Verlesen Sie 8 Dol-den Holunderblüten und entfernen Sie anhaftende Kleininsekten. Für den Ausbackteig 4 Eier trennen, die Eiweiße mit 80 g Zucker zu Eischnee schlagen. 250 g Mehl mit 300 ml Milch und 1 Prise Salz kräftig verrühren, die Eigelbe unterrühren und vor dem Ausbacken den Eischnee vorsichtig unterheben. Erhitzen Sie dann zum Ausbacken reichlich Öl auf 170 °C. Die Holunderblüten leicht mit Mehl bestauben (mehlieren), in den Ausbackteig tauchen und schwimmend im heißen Öl goldbraun ausbacken. Lassen Sie die Hollerküchlerl auf Küchenpapier abtropfen und bestauben Sie sie mit Puderzucker. Backfrisch mit Vanillesauce (S. 459) servieren.





» Aber kein *Genuss* ist vorübergehend,
denn der *Eindruck*, den er hinterlässt,
ist *bleibend*. « JOHANN WOLFGANG VON GOETHE